

***LITERATUR RIVIEW* PENGARUH PENYULUHAN  
TENTANG GIZI IBU HAMIL TERHADAP  
PENGETAHUAN GIZI IBU HAMIL**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh:  
Silvia Pratiwi  
1610104114**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH  
YOGYAKARTA  
2020**

***LITERATUR RIVIEW* PENGARUH PENYULUHAN  
TENTANG GIZI IBU HAMIL TERHADAP  
PENGETAHUAN GIZI IBU HAMIL**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Sains Terapan  
Pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
di Universitas 'Aisyiyah  
Yogyakarta



**Disusun oleh:**  
**Silvia Pratiwi**  
**1610104114**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2020**

**HALAMAN PENGESAHAN**

***LITERATUR RIVIEW* PENGARUH PENYULUHAN  
TENTANG GIZI IBU HAMIL TERHADAP  
PENGETAHUAN GIZI IBU HAMIL**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Disusun oleh:  
SILVIA PRATIWI  
1610104114**

Telah Memenuhi Persyaratan dan disetujui Untuk Dipublikasikan

Program Studi Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan di  
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : ASRI HIDAYAT, SSi.T., M.KEB

10 November 2020 10:51:55



# **LITERATUR RIVIEW PENGARUH PENYULUHAN TENTANG GIZI IBU HAMIL TERHADAP PENGETAHUAN GIZI IBUHAMIL <sup>1</sup>**

Silvia Pratiwi<sup>2</sup>, Asri Hidayat <sup>3</sup>

## **INTISARI**

Rendahnya status gizi ibu hamil dapat disebabkan beberapa faktor, antara lain yaitu rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi, pendapatan keluarga di bawah rata-rata, dan tidak teraturnya pola makan. Pengetahuan yang dimiliki oleh seorang ibu dapat mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga berpengaruh pada perilakunya. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh penyuluhan tentang gizi Ibu Hamil terhadap pengetahuan gizi Ibu Hamil.

**Metode:** Desain penelitian ini adalah Penelitian kepustakaan atau kajian literatur (*literature review, literature research*). Variabel bebas penelitian ini adalah penyuluhan tentang gizi ibu hamil dan variabel terikat adalah pengetahuan tentang gizi ibu hamil. Hasil penelusuran jurnal didapatkan sebanyak 10 jurnal dilakukan review dalam penelitian ini.

**Hasil:** Berdasarkan analisis yang telah dilakukan oleh penulis mengenai penyuluhan kesehatan tentang gizi pada ibu hamil maka penulis menarik simpulan bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang gizi ibu hamil terhadap pengetahuan gizi ibu hamil. Dimana Promosi kesehatan merupakan suatu kegiatan yang mempunyai masukan (input), proses dan keluaran (output). Dengan adanya promosi tersebut maka diharapkan masyarakat, kelompok, atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik dan khususnya tentang gizi ibu hamil.

**Simpulan:** Ada pengaruh penyuluhan tentang gizi ibu hamil terhadap pengetahuan gizi ibu hamil.

**Saran:** Saran yang dapat diberikan untuk pelaksanaan *literature review* bagi penelitian selanjutnya adalah dengan menggunakan data base yang lebih banyak sehingga bisa mendapatkan artikel dan jurnal mengenai penyuluhan kesehatan tentang gizi pada ibu hamil yang lebih banyak lagi dan batasan tahun pencarian artikel dengan kata kunci ditetapkan adalah sepuluh tahun terakhir supaya literature lebih update.

Kata Kunci	: Penyuluhan, gizi ibu hamil, pengetahuan
Kepustakaan	: 23 buku (2008-2014), 25 jurnal (2010-2016), 5 internet (2010-2016), Al-Qur'an
Jumlah halaman	: x, 59 halaman, 3 tabel, 1 gambar

---

<sup>1</sup>Judul Skripsi

<sup>2</sup>Mahasiswa Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Pembimbing Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta

# A LITERATURE REVIEW: THE EFFECT OF COUNSELLING ON PREGNANT WOMEN' NUTRITION ON PREGNANT WOMEN'S KNOWLEDGE ON NUTRITION<sup>4</sup>

Silvia Pratiwi<sup>5</sup>, Asri Hidayat <sup>6</sup>

## ABSTRACT

The low level of pregnant women's nutritional status is caused by some factors such as the low level of pregnant women's knowledge on nutrition, family's income which is under the average, and the irregular eating style. Knowledge possessed by women also affects decision making and the attitude.

**Aim:** The study is to investigate the effect of counselling on pregnant women' nutrition on pregnant women's knowledge on nutrition.

**Method:** The design of the study was literature review/literature research). The independent variable in the study was nutrition counselling in pregnant women and the dependent variable in the study was knowledge on pregnant women's nutrition. The result of journal review showed that there were 10 journals were related to the study.

**Result:** Based on the analysis, there is an effect of counselling on pregnant women on knowledge on pregnant women's nutrition. Health promotion is one of activities which has input and output/result. By giving promotion, public, groups, or individuals are expected to gain knowledge on better health especially on pregnant women's' nutrition.

**Conclusion:** There is an effect of counselling on pregnant women' nutrition on pregnant women's knowledge on nutrition

**Suggestion:** The next researcher should use more database to gain more articles and journals on health counselling on nutrition in pregnant women and add more year limitation of the articles' search with last 10 years as the keywords.

Keywords : Counselling, Pregnant Women' Nutrition, Knowledge  
Bibliography : 23 Books (2008-2014), 25 Journals (2010-2016), 5 Internet Websites (2010-2016), Al-Qur'an  
Pages : x, 59 Pages, 3 Tables, 1 Figure

---

<sup>4</sup>Thesis Title

<sup>5</sup>Student of Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>6</sup>Lecturer of Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Prevalensi anemia pada ibu hamil menurut badan kesehatan dunia (WHO) melaporkan bahwa ibu hamil yang mengalami kurang zat besi sekitar 35-75% (Purwoko, dkk, 2011), di Indonesia sebesar 37,1 (Riskesdas), prevalensi anemia pada ibu hamil di Kabupaten Sleman adalah 8,33% dan pada puskesmas Ngaglik II prevalensi anemia adalah 8,52%. Pemberian makanan tambahan di kabupaten Sleman terendah terletak pada Puskesmas Ngaglik II dengan prevalensi 88,24%. (Dinkes, 2018).

KEK terjadi karena kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung zat gizi makro yang berlangsung lama atau menahun yg mengakibatkan gangguan kesehatan ibu dengan tanda atau gejala seperti badan lemah dan muka pucat (Wati, 2014). Ibu hamil yang mengalami KEK dapat menyebabkan resiko komplikasi seperti anemia, perdarahan, dan persalinan sulit (Monita, 2015). Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal, pada wanita biasanya kadar hemoglobin kurang dari 12,00 gram/100ml (Proverawati, 2011). Kondisi pada ibu hamil trimester I dan III dengan kadar hemoglobin (Hb) < 11 gr% dan pada ibu hamil trimester II kadar hemoglobin < 10,5 gr% (Bobak, 2005). Pada ibu hamil penyebab anemia adalah kurangnya zat besi, asamfolat dan vitamin B12 dikarenakan asupan yang tidak seimbang atau ketersediaan zat besi yang rendah (Alleyne M, Horne MD, & Miller JL, 2008).

Rendahnya status gizi ibu hamil dapat disebabkan beberapa faktor, antara lain yaitu rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi, pendapatan keluarga di bawah rata-rata, dan tidak teraturnya pola makan. Pengetahuan yang dimiliki oleh seorang ibu dapat mempengaruhi

dalam pengambilan keputusan dan juga berpengaruh pada perilakunya. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik kemungkinan akan memberikan gizi yang cukup baik, terutama pada saat seorang ibu memasuki masa ngidam dimana perut terasa mual dan tidak mau diisi. Walaupun dalam kondisi tersebut, jika seorang ibu memiliki pengetahuan yang baik maka ia akan berupaya untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan juga bayinya (Wawan & Dewi, 2010). Tingkat pengetahuan yang rendah menyebabkan ibu tidak mengerti cara pemenuhan nutrisi yang dibutuhkan ibu hamil selama kehamilannya (Depkes RI, 2002).

Peneliti Thatha (2014) menyatakan bahwa faktor penyebab terjadinya status gizi kurang pada ibu hamil adalah kurangnya pengetahuan. Pengetahuan dan sikap ibu akan mempengaruhi kebutuhan gizi kehamilan. Peneliti Andri Setiya Wahyudi menunjukkan bahwa ada pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan, dengan membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat dan membantu mewujudkan tercapainya pemenuhan gizi yang baik selama kehamilan (Andri Setiya Wahyudi, 2016). Bidan sebagai tenaga kesehatan mempunyai peran, fungsi serta kompetensi dalam memberikan asuhan. Hal ini sesuai dengan isi Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia yang terdapat pada ayat 3 pasal 4 yang berisi "Pembinaan terhadap standar tablet fe dengan 90 tablet bagi wanita usia subur dan ibu hamil dilaksanakan oleh Menteri, kepala dinas kesehatan provinsi, dan kepala dinas kesehatan kabupaten/kota sesuai dengan tugas dan kewenangan masing-masing secara terpadu. Pembinaan yang dimaksud disini dilaksanakan melalui komunikasi informasi dan edukasi, pemberdayaan



masyarakat, monitoring evaluasi bimbingan teknis dan supervisi antar tenaga kesehatan (Permenkes, 2014). Masyarakat menilai bahwa makanan merupakan konstruksi sosial yang dibangun oleh masyarakat melalui budaya setempat. Bukan hanya masalah gizi yang terdapat dalam makanan, namun juga persoalan tentang budaya yang meliputi ketersediaan makan, kebiasaan makan, pantangan makan dan pengambilan keputusan. Perbaikan gizi secara makro dan mikro merupakan program yang secara langsung diberikan kepada masyarakat melalui penyuluhan ataupun bantuan. Perbaikan gizi meliputi peningkatan ketahanan pangan, peningkatan pemberian ASI, peningkatan pengetahuan dan ketrampilan pola pengasuhan anak, serta pemberian PMT bagi balita gizi buruk dan ibu hamil yang kurang energi kronis (Praditama, 2013).

#### **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (buku, ensiklopedi, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen (Sugiyono, 2010).

Penelitian kepustakaan atau kajian literatur (*literature review, literature research*) merupakan penelitian yang mengkaji atau meninjau secara kritis pengetahuan, gagasan, atau temuan yang terdapat di dalam tubuh literatur berorientasi akademik (*academic-oriented literature*), serta merumuskan kontribusi teoritis dan metodologisnya untuk topik tertentu.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 2 jurnal mengenai pengaruh penyuluhan tentang gizi ibu hamil terhadap pengetahuan dan status gizi ibu hamil. Jurnal ke 2 menjelaskan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan secara signifikan meningkat dari 53,9% menjadi 97% setelah pemberian pendidikan gizi sementara praktik diet khusus kehamilan ibu hamil meningkat dari 46,8% menjadi 83,7%. Bidan dan perawat dalam penelitian ini adalah sumber informasi untuk 59% wanita hamil. Hasil penelitian ini memiliki pengetahuan lebih tinggi dibandingkan penelitian yang dilakukan di Gambia yang menunjukkan sumber informasi untuk peserta penelitian adalah 35% mendapat informasi tentang gizi dan diet oleh penyedia ANC. Meskipun hasil penelitian ini memiliki pengetahuan lebih tinggi dari pada penelitian yang dilakukan di Gambia, banyak upaya diperlukan untuk meningkatkan pendidikan gizi untuk memberikan informasi yang diperlukan yang memadai untuk mencegah efek antar generasi kekurangan gizi. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa proporsi ibu yang memiliki pengetahuan tepat tentang gizi ibu selama kehamilan ditemukan 53,9%. Hasil penelitian ini mirip dengan penelitian yang dilakukan di Amerika di mana lebih dari setengah wanita dalam penelitian ini memiliki pengetahuan dasar dan esensial mengenai pentingnya nutrisi selama kehamilan. Jurnal lain yang membahas mengenai edukasi adalah jurnal ke 8, 9 dan 10. Hasil penelitian menjelaskan bahwa terdapat pengaruh promosi kesehatan berupa penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan mengenai gizi ibu hamil yang signifikan berdasarkan perbedaan rata-rata skor pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan

penyuluhan. Tingkat pengetahuan baik responden sebelum intervensi 31,6% meningkat menjadi 86,8% setelah intervensi. Responden sebelum intervensi dengan praktik baik sebanyak 50% menurun menjadi 36,8% setelah intervensi. Terdapat perbedaan berupa peningkatan antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan *p-value* sebesar 0,001. Terdapat perbedaan berupa penurunan antara praktik sebelum dan sesudah intervensi dengan *p-value* sebesar 0,003. Didukung dengan hasil penelitian jurnal 5 dan 7 yang menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan mengenai gizi ibu hamil promosi kesehatan yang dilakukan dengan penyuluhan adalah konseling. Konseling menggunakan buku pegangan yang selama ini disiapkan oleh para peneliti benar-benar bermanfaat untuk menambah pengetahuan, memelihara nutrisi yang memadai dan mencegah anemia pada wanita hamil, yang ditandai oleh peningkatan kadar hemoglobin dan hematokrit.

Jurnal ke 7 menjelaskan pengaruh pendidikan gizi dalam upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi zat besi melalui kelas ibu hamil di Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi secara umum, penyakit anemia, dan suplementasi zat besi memiliki pengetahuan lebih baik pada kelompok yang mendapat pendidikan gizi melalui kelas ibu hamil dibandingkan dengan kelompok kontrol. Asupan kalori, protein, dan Fe lebih tinggi pada kelompok yang mendapat pendidikan gizi melalui kelas ibu hamil dibandingkan dengan kelompok kontrol, walaupun asupan makanan ibu hamil masih berada di bawah angka kecukupan gizi. Kadar Hb ibu hamil lebih tinggi pada kelompok yang mendapat pendidikan

gizi melalui kelas ibu hamil dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Pendidikan kesehatan sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil. Pengetahuan gizi ibu hamil tentang anjuran porsi makan merupakan hal yang sangat penting karena akan mempengaruhi konsumsi ibu hamil, dimana akan berpengaruh juga terhadap pemilihan bahan makanan yang tepat, beragam, berimbang serta tidak menimbulkan penyakit. Pengetahuan ibu hamil tentang anjuran porsi makan ibu hamil termasuk ke dalam kriteria cukup. Kebutuhan zat gizi selama hamil lebih besar dibandingkan dengan pada saat sebelum hamil, terutama untuk zat gizi tertentu. Pada setiap tahap kehamilan, ibu hamil membutuhkan gizi yang seimbang yaitu makanan dengan kandungan zat gizi berbeda dan disesuaikan dengan kondisi tubuh dan perkembangan janin. Kebutuhan gizi pada masa kehamilan akan meningkat dibandingkan dengan kebutuhan wanita normal. Makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil akan digunakan untuk pertumbuhan janin dan digunakan untuk pertumbuhan ibu. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dijelaskan ada jurnal ke 1 yang menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang pesan gizi seimbang, anjuran porsi makan ibu hamil, fungsi dan sumber zat gizi bagi ibu hamil termasuk pada kriteria cukup. Pengetahuan tentang akibat kekurangan dan kelebihan gizi bagi ibu hamil termasuk pada kriteria kurang.

Hal ini menunjukkan ibu hamil sudah memahami dan mengetahui mengenai fungsi dan sumber zat gizi bagi ibu hamil. Tetapi pengetahuan ibu hamil masih kurang mengenai fungsi karbohidrat, fungsi protein, fungsi lemak, zat gizi untuk pertumbuhan tulang dan gigi janin, sumber zat besi



dan sumber yodium untuk ibu hamil. Pengetahuan tentang akibat kekurangan dan kelebihan gizi bagi ibu hamil termasuk pada kriteria kurang. Hal ini menunjukkan ibu hamil masih belum memahami dan mengetahui mengenai akibat dari kekurangan dan kelebihan gizi bagi ibu hamil terutama tentang penyebab anemia pada ibu hamil dan akibat kekurangan asam folat bagi ibu hamil.

Jurnal 6 menjelaskan bahwa selain adanya pengetahuan ibu hamil juga dapat mempengaruhi sikap ibu hamil dengan status gizi selama kehamilan di Puskesmas Bahu Kota Manado, dengan status gizi ( $p=0,000 < 0,05$ ), dan ada hubungan sikap ibu hamil dengan status gizi selama kehamilan ( $p=0,003 < 0,05$ ). Sikap dengan status gizi selama kehamilan di Puskesmas Bahu Kota Manado. Hasil penelitian yang diperoleh ibu hamil yang sikap dengan status gizi didapat sebagian besar dalam kategori kurang. Kurangnya gizi ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu umur, paritas dan pendidikan. Sesuai dengan jurnal 4 yaitu upaya yang dapat dilakukan guna meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang berkaitan dengan gizi ibu hamil adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan dan konseling gizi adalah strategi yang umum diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan gizi ibu selama kehamilan.

#### **KETERBATASAN PENELITIAN**

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah tahun terbit dari setiap jurnal berbeda-beda dan terbatas serta masih kesulitan mencari jurnal yang terbaru, dan juga hanya menganalisis dari hasil penelitian orang lain dari jurnal-jurnal yang sudah terlampir.

Penelitian ini hanya menggunakan jurnal yang merupakan original research dan per review yang

dipublikasi, reviewed jurnal dan jurnal berbentuk laporan atau buku karena tujuan dari literatur review ini untuk mereview hasil-hasil penelitian yang ada dan artikel yang diambil dibatasi hanya sesuai dengan fokus penelitian

#### **KESIMPULAN**

1. Tingkat pengetahuan tentang gizi ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan kesehatan mayoritas diketahui berada pada kurang sesuai dengan hasil penelitian jurnal ke 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9 dan 10.
2. Tingkat pengetahuan tentang gizi ibu hamil sesudah diberikan penyuluhan kesehatan diketahui berada pada kategori baik sesuai dengan hasil penelitian jurnal ke 2, 4, 3, 5, 7, 8, 9 dan 10.
3. Pengaruh promosi kesehatan berupa penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan mengenai gizi ibu hamil yang signifikan berdasarkan perbedaan rata-rata skor pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

#### **SARAN**

1. Peneliti selanjutnya menggunakan data base yang lebih banyak lagi sehingga bisa mendapatkan jurnal mengenai pengaruh penyuluhan gizi ibu hamil terhadap pengetahuan gizi ibu hamil lebih banyak lagi.
2. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan sumber data primer serta meneliti variabel lain yang tentang penyuluhan gizi ibu hamil.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Alleyne M, Horne MD, & Miller JL. (2008). *Individualized Treatment for Iron Deficiency Anemia in Adult*. Am J Med, 121(11), 6.

- Andri Setya Wahyudi. 2016. *Peningkatan pengetahuan dan sikap ibu dalam pemenuhan gizi selama kehamilan melalui promosi kesehatan*. Jurnal INJEC Vol. 1 No. 2 Desember.
- Departemen Kesehatan, RI. 2002. Laporan Riskesdas 2002. [www.litbang.depkes.go.id](http://www.litbang.depkes.go.id). (diakses tanggal 10 November 2016).
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Monita. 2016. Hubungan usia, jarak kelahiran dan kadar hemoglobin ibu hamil dengan kejadian berat bayi lahir rendah di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Jurnal Online Mahasiswa. Volume 3 No.1
- Monita. 2016. Hubungan usia, jarak kelahiran dan kadar hemoglobin ibu hamil dengan kejadian berat bayi lahir rendah di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Jurnal Online Mahasiswa. Volume 3 No.1
- Praditama AD. Pola Makan Ibu Hamil Dan Pasca Melahirkan Di Desa Tiripan Kecamatan Berbek Kabupaten Nganjuk.
- Purwoko S, M Med, Diffah H, Lilik W, Galih H, Afandi D H. (2011). Keterampilan Pemantauan Status Gizi Balita dan Ibu Hamil. Modul Field Lab. Diakses tanggal 13 Mei 2013.
- Sugiyono. 2010. Statistika untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- Wawan A. dan M. Dewi. 2011. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika



Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta